

Place of Assam in Indian Society, Culture and Economy

VOLUME - I

Editors

Dr. Gajendra Adhikary
Dr. Nara Kanta Adhikary

Dr 9/5/15



Place of Assam in Indian Society, Culture and Economy

Volume - I

Editors

Dr. Gajendra Adhikary

Dr. Nara Kanta Adhikary

The place of Assam in Indian Society, Culture and Economy
collection of select papers presented and discussed in a National
Seminar held on 2 & 3 July 2014 in Dakshin Kamrup Girls' College
Mirza, Kamrup, Assam.

Organised by:

Dakshin Kamrup Girls' College
Mirza, Kamrup, Assam.

In collaboration with Palasbari Sahitya Sabha.
2nd and 3rd July, 2014.

Published by:

National Seminar organising committee
Dakshin Kamrup Girls' College, Mirza.

Sponsored by:

University Grants Commission, North Eastern Regional office, Guwahati
Assam.

First Edition:

3rd July, 2014.

Edited by:

Dr. Gajendra Adhikary.
Dr. Nara Kanta Adhikary.

Review Committee:

Dr. Gajendra Adhikary, Principal/ President.
Dr. Ranjan Bhuyan, Vice-Principal/ Vice-President.
Dr. Nara Kanta Adhikary, Co-Ordinator.
Dr. Jagannath Barman, Member.
Dr. Malabika Roy, Member

© National seminar organising committee, DKGCC, Mirza. All rights reserved.
No part of the publication may be reproduced stored in retrieval system or
transmitted, in any form by any means without the prior permission of the
copyright owner and the publishing committee.

Price: 400/- (Rs. four hundred only).

ISBN: 978-81-202-8766-2

The responsibility of the facts, opinion expressed or conclusions reached in
this proceeding is entirely that of the authors and the editors and the publishing
committee do not bear any responsibility for them.

Printed at:

Jagan press, Rajgarh, Guwahati-781103, Kamrup, Assam
Mobile No.: +91 87539 23427, +91 96780 82083

নৰ প্ৰজন্মৰ খাদ্য প্ৰৱণতা : এক অধ্যয়ন

বিজয়া ডেকা

সহযোগী তথা মুবন্ধী অধ্যাপিকা, শিক্ষা বিভাগ,

জৱাহৰলাল নেহৰু মহাবিদ্যালয়, বকো

০.১. পাতনি (Introduction) :

বিশ্বৰ প্ৰাচীন সভ্যতালৈ লক্ষ্য কৰিলে দেখা যায় যে জলবায়ুৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰি উৎপন্ন হোৱা বিভিন্ন গছৰ ফল-মূল, সেই পৰিবেশত পোৱা জীৱ-জন্তু বা পশু-পক্ষীৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰি মানুহৰ খাদ্যাভ্যাস গঢ়ি উঠিছিল। সেই বাবে পৃথিৱীৰ বিভিন্ন প্ৰাকৃতিক অঞ্চলৰ মানুহৰ খাদ্য সম্ভাৰ বেলেগ বেলেগ। আদিম মানুহে কেঁচা মাংস ভক্ষণ কৰিছিল। সময়ত জুইৰ ব্যৱহাৰ হ'ল আৰু মানুহে পুৰি খাবলৈ শিকিলে। সময়ৰ অগ্ৰগতিৰ লগে লগে মানুহে বিভিন্ন ধৰণে খাদ্য ৰান্ধি খাবলৈ ধৰিলে। সম্প্ৰতি মানুহে বিভিন্ন ধৰণৰ সুগন্ধি মা-মছলা ব্যৱহাৰ কৰি খাদ্য প্ৰস্তুত কৰি খাবলৈ লৈছে।

০.২. ভাৰতীয় খাদ্যসম্ভাৰ (Indian Food) :

ভাৰতীয় খাদ্য সম্ভাৰৰ এক আকৰ্ষণীয় আৰু ঐতিহাসিক স্থিতি আছে। বিভিন্ন প্ৰাকৃতিক পৰিবেশত বিভিন্ন জাতি গোষ্ঠীৰে ভৰা দেশখনৰ সমাজ জীৱনত নানা খাদ্য সম্ভাৰে বিভিন্ন জুতিয়ে মানুহক আকৰ্ষণ কৰি আহিছে। এই খাদ্য সম্ভাৰৰ ভিতৰত পৰম্পৰাগত খাদ্য সম্ভাৰ সমূহ ৰুচিপূৰ্ণ আৰু সোৱাদযুক্ত। জাতি, ধৰ্ম, বৰ্ণ অনুসৰি ভাৰতীয় লোকৰ খাদ্য তালিকাত বিভিন্ন খাদ্য সম্ভাৰ পৰিলক্ষিত হয়। বহুলোকে নিৰামিষ খাদ্য গ্ৰহণ কৰাৰ বিপৰীতে বহুলোকে আমিষ খাদ্য গ্ৰহণ কৰে। কিছুমান খাদ্য ৰান্ধিলেহে খোৱাৰ উপযোগী হয়। সেইদৰে কিছুমান ফলমূল, শাকজাতীয় খাদ্য নৰন্ধাকৈয়ো খোৱা

দেখা যায়। কিছুমান খাদ্য শুকান কৰি সাঁচিও খাব পাৰি। ঘেঁহু, যৱ, মাকৈ, আটা, ময়দা, চাউল আদিৰ পৰা প্ৰস্তুত কৰা বিভিন্ন ধৰণৰ খাদ্য যেনে- ৰুটি, পুৰি, ভাত, ইদলী, দোচা, উপমা, ৰাৱা আদি ভাৰতীয় লোকৰ প্ৰধান খাদ্য। সাধাৰণতে উত্তৰ-পশ্চিম ভাৰতৰ লোকসকলৰ প্ৰধান খাদ্য ৰুটি। সেইদৰে দক্ষিণ ভাৰতৰ লোকসকলৰ প্ৰিয় খাদ্য হ'ল ইদলী, দোচা, উপমা, ৰাৱা আদি। উত্তৰ-পূৰ্বাঞ্চলকে ধৰি পশ্চিমবংগ, বিহাৰ, উৰিষ্যা আদিৰ লোকসকলে ভাত খায়। অৱশ্যে কম-বেছি পৰিমাণে ভাৰতীয় সকলৰ মাজত ভাতৰ প্ৰচলন আছে বুলিব পাৰি। নানা তৰহৰ বতৰৰ ফলমূল যেনে - আপেল, মৌচুমী, আঙুৰ, কল, অমিতা, আম, কমলা, নাচপতি, আনাৰস, সুমথিৰা, মধুৰিআম, তিয়হ, নাৰিকল আদি ভাৰতীয় লোকসকলৰ প্ৰিয় ফল।

০.৩. অসমীয়া খাদ্য সম্ভাৰ (Assamese Food) :

ভাৰতীয় খাদ্যৰ দৰে অসমীয়া খাদ্যৰো এক সুকীয়া মৰ্যদা আছে। অসমীয়া খাদ্য সংস্কৃতি বৰ চহকী। অসমৰ জলবায়ু ধান খেতিৰ উপযোগী। ধানখেতিৰ পৰা প্ৰস্তুত কৰা বিভিন্ন ধৰণৰ খাদ্য সামগ্ৰী যেনে-ভাত, আঠৈ, চিৰা-চাউল, জলপান, কোমল চাউল, পিঠা-পনা, মুড়ি, সান্দহ আদি অসমীয়া লোকৰ প্ৰধান খাদ্য। এইবোৰ খাদ্যই অসমীয়াৰ দৈনন্দিন জীৱন তথা সামাজিক জীৱনত সমাদৰ লাভ কৰি আহিছে। নানান ধৰণৰ শাক-পাচলি, খাৰলি, পচলা, টেঙা আৰু খাৰৰ আঞ্জা অসমীয়া লোকৰ প্ৰিয় খাদ্য। ভোগালী বিহুত নানান তৰহৰ পিঠা সজাৰ লগতে চুঙাপিঠা পোৰাটো অসমীয়া লোকৰ বৈশিষ্ট্য। পানীয় হিচাপে চাহ অসমীয়া সমাজত জনপ্ৰিয়। সেইদৰে লাওপানী জনগোষ্ঠীয় সমাজত জনপ্ৰিয় যদিও আজিকালি অন্যান্য জাতিৰ মাজতো ইয়াৰ ব্যৱহাৰ দেখা যায়।

পৃথিৱীৰ অন্যান্য ঠাইৰ লোকৰ দৰে অসমীয়া লোকেও নিৰামিষ আৰু আমিষ খাদ্য গ্ৰহণ কৰে। “অসমৰ চাৰিওফালৰ জনগোষ্ঠীয় খাদ্যাভ্যাসলৈ চকু দিলেই জানিব পাৰি যে সৰ্বহসংখ্যক জনগোষ্ঠীৰ মাজতে আমিষ আহাৰৰ ক্ষেত্ৰত কোনো কঠোৰ বাচ-বিচাৰ নাই। যি আমিষ আহাৰ শৰীৰে গ্ৰহণ কৰিব পাৰে বা শৰীৰৰ বাবে গ্ৰহণীয় কৰি প্ৰস্তুত কৰিব পাৰি তেনে আমিষ আহাৰ গ্ৰহণ কৰাত কোনো প্ৰকাৰৰ সামাজিক বা সাংস্কৃতিক বাধা নাই।” (শইকীয়াঃ 2013:193)

অসমীয়া ৰান্ধনীয়ে বৰ জুতি লগাকৈ ৰান্ধিব জানে। ইয়াৰ উদাহৰণ বহু আছে। যেনে - ওৱে ৰৌৱে ভাল, শোলে মুলে জাল। অসমীয় লোকে খাদ্যত কমকৈ মচলা

ব্যৱহাৰ কৰে। জলকীয়া, আদা, পিঁয়াজ, নহক, জিৰা, জালুক আদিয়ে হ'ল প্ৰধান মচলা। অসমৰ পাহাৰীয়া অঞ্চলত বাস কৰা কিছুমান জনজাতীয় লোকে খাদ্য বন্ধাৰ সলনি পুৰি খায়। তেওঁলোকে কোনোধৰণৰ তেল বা মা-মচলা দি বন্ধাৰ পৰিবৰ্তে সিজাইহে খায়।

সময়ৰ পৰিবৰ্তনে গোটেই বিশ্বতে এক চমৎকাৰিত্ব আনিছে। দৃশ্য-শ্ৰব্য, যোগাযোগ আদিৰ ক্ষেত্ৰত এই পৰিবৰ্তনে মানুহক জীৱন ধাৰণৰ কাৰণে এক পৰিবেশ প্ৰদান কৰিছে। ভাৱৰ বিনিময়, কলাৰ বিনিময় আৰু সামগ্ৰিক ভাবে জীৱনশৈলীৰ পাৰস্পৰিক ৰিজনীয়ে খাদ্য অভ্যাস অথবা সাংস্কৃতিক, ভাৱ-ভাষাত পৰিবৰ্তন আনিছে। এই পৰিবৰ্তনৰ আধাৰত নতুন প্ৰজন্মই সুকীয়া ৰুচিৰ জন্ম দিছে। আজিৰ প্ৰজন্মই দেশ-বিদেশৰ খাদ্য সম্ভাৰৰ সতে নিজৰ দেশৰ বা অঞ্চলৰ খাদ্য সম্ভাৰৰ জুতি ল'বলৈ সুযোগ পাইছে। নতুনৰ প্ৰতি থকা আকৰ্ষণৰ প্ৰৱণতা, সহজ প্ৰস্তুত প্ৰণালী তথা সহজলভ্যতাই তেনেধৰণৰ খাদ্যসম্ভাৰৰ প্ৰতি তেওঁলোকক আকৰ্ষিত কৰি তুলিছে। ফলস্বৰূপে পৰস্পৰাগত জাতীয় খাদ্য সম্ভাৰৰ ওপৰত অৱশ্যেই প্ৰভাৱ পৰিছে।

০.৪. অধ্যয়নৰ গুৰুত্ব (Significance of the study) :

যিকোনো সমাজৰ খাদ্য সম্ভাৰ সেই ঠাইৰ প্ৰাকৃতিক পৰিবেশ আৰু জলবায়ুৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰে। যি ঠাইত যি ধৰণৰ প্ৰাকৃতিক খাদ্য উৎপাদন হয়, সেইবোৰ সেই ঠাইৰ মানুহৰ বাবে উপযোগী আৰু স্বাস্থ্যসন্মত হয়। আমাৰ ঠাইত প্ৰাকৃতিক ভাবে পোৱা পৰ্যাপ্ত খাদ্যসম্ভাৰে আমাৰ যি উপকাৰ সাধন কৰে অইন খাদ্য সম্ভাৰ আমাৰ বাবে স্বাস্থ্য সন্মত নহ'ব পাৰে। উঠি অহা প্ৰজন্মই এই চিন্তাৰ বিপৰীতে অৰ্থাৎ পৰস্পৰাগত খাদ্য অভ্যাসৰ সলনি এক নতুন খাদ্যৰ প্ৰতি আকৃষ্ট হোৱা পৰিলক্ষিত হৈছে। এই ক্ষেত্ৰত নৱ প্ৰজন্মৰ খাদ্যৰুচিৰ প্ৰৱণতা জনাটো অতি তাৎপৰ্যপূৰ্ণ। নৱ প্ৰজন্মৰ ৰুচি-অভিৰুচি, চিন্ত-চৰ্চা, খাদ্য অভ্যাস আদিৰ ওপৰতে দেশৰ ভৱিষ্যত বহু পৰিমাণে নিৰ্ভৰ কৰে। এই ক্ষেত্ৰত বিদ্যালয়-মহাবিদ্যালয় পৰ্যায়ৰ ছাত্ৰ-ছাত্ৰীসকলৰ প্ৰসংগও গুৰুত্বপূৰ্ণ। সেয়েহে এই অধ্যয়নত জৱাহৰলাল নেহৰু মহাবিদ্যালয়ৰ ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ খাদ্য প্ৰৱণতাৰ ওপৰত গুৰুত্ব প্ৰদান কৰি এক সমীক্ষা চলাবলৈ বিনম্ৰ প্ৰয়াস কৰা হৈছে।

০.৫. অভিকল্প গাঠনি (Design of the study) :

৫.১. অধ্যয়নৰ শিৰোনাম (Statement of the problem) :

ওপৰৰ আলোচনাৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰি এই অধ্যয়নৰ শিৰোনাম ৰখা হৈছে-
“নৱ প্ৰজন্মৰ খাদ্য প্ৰৱণতাঃ এক এধ্যয়ন”।

৫.২. অধ্যয়নৰ উদ্দেশ্য (Objective of the study) :

- (i) ভাৰতীয় খাদ্য আৰু অসমীয়া খাদ্য সম্ভাৰৰ বিষয়ে অধ্যয়ন কৰা
- (ii) পৰম্পৰাগত খাদ্যৰ প্ৰতি গুৰুত্ব প্ৰদান কৰা
- (iii) নৱ প্ৰজন্মৰ বিশেষকৈ জৱাহৰলাল নেহৰু মহাবিদ্যালয়ৰ ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ খাদ্য প্ৰবণতা বিষয়ে অধ্যয়ন কৰা।

৫.৩. অধ্যয়নৰ ক্ষেত্ৰ (Study area) :

১৯৬৪ চনত প্ৰতিষ্ঠা হোৱা জৱাহৰলাল নেহৰু মহাবিদ্যালয়খন অসমৰ কামৰূপ জিলাৰ বকো উন্নয়ন খণ্ডত অৱস্থিত। গুৱাহাটী-জালুকবাৰীৰ পৰা এই মহাবিদ্যালয়খন ৫১ কিঃ মিঃ পশ্চিম দিশে আৰু ব্ৰহ্মপুত্ৰ নদীৰ দক্ষিণ পাৰে অৱস্থিত। এই মহাবিদ্যালয়খন ৰাভা হাচং স্নায়ত্ৰ পৰিষদৰ অন্তৰ্গত। ৩৭ নং ৰাষ্ট্ৰীয় ঘাই পথ এই মহাবিদ্যালয়ৰ দক্ষিণ দিশে পূবৰ পৰা পশ্চিম দিশলৈ গৈছে। জৱাহৰলাল নেহৰু মহাবিদ্যালয়ৰ পূবে বকো টাউন আৰু বকো থানা আৰু দক্ষিণে মৌমান সেৱাশ্ৰম আৰু হালধিপাৰা গাঁও আছে। পশ্চিম দিশে যমুনেশ্বৰ দেৱালয় আৰু তৰুণবাম ফুকন কুষ্ঠ হস্পিতাল আৰু সংৰক্ষিত বনাঞ্চল আৰু উত্তৰ দিশে পাৰ্বতী পাহাৰ আৰু চিচাপীঠ গাঁও অৱস্থিত। মহাবিদ্যালয়খন গ্ৰাম্য অঞ্চলত অৱস্থিত আৰু ইয়াত অনুসূচিত জাতি, অনুসূচিত জনজাতি, অন্যান্য পিছপৰা শ্ৰেণী, সংখ্যালঘু আৰু সাধাৰণ শ্ৰেণীৰ ছাত্ৰ-ছাত্ৰীয়ে অধ্যয়ন কৰে। মহাবিদ্যালয়খনত কলা আৰু বিজ্ঞান উভয় শাখা আছে।

৫.৪. অধ্যয়নৰ সীমাবদ্ধতা (Delimitation of the study) :

- (i) এই অধ্যয়ন কেৱল জৱাহৰলাল নেহৰু মহাবিদ্যালয়ৰ ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ মাজতে সীমাবদ্ধ।
- (ii) এই অধ্যয়নে মাত্ৰ ২০০ (যিসকলৰ বয়স ১৮-২২ বছৰ তেনে ১০৬ গৰাকী ছাত্ৰ আৰু ৯৪ গৰাকী ছাত্ৰী) গৰাকী ছাত্ৰ-ছাত্ৰীক সামৰিছে।
- (iii) এই অধ্যয়ন H.S. 2nd year, 4th Sem আৰু 6th Sem ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ মাজতে সীমাবদ্ধ।
- (iv) এই অধ্যয়ন বিজ্ঞান শাখাৰ ২৬ আৰু কলা শাখাৰ ১৭৪ জন ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ মাজতে সীমাবদ্ধ।

৬.১. পদ্ধতি (Methodology) :

জনসংখ্যা আৰু নমুনা (Population & Sample) :

জৱাহৰলাল নেহৰু মহাবিদ্যালয়খনত ২০১৪ বৰ্ষত অধ্যয়নৰত মুঠ ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ পৰিমাণ ২৪০৮ গৰাকী। মহাবিদ্যালয়খনিৰ ২৪০৮ গৰাকী ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ ভিতৰত ২০০ গৰাকী ছাত্ৰ-ছাত্ৰীকহে এই অধ্যয়নৰ নমুনা হিচাপে লোৱা হৈছে।

৬.২. সঁজুলি (Tool) : এই গৱেষণাত গৱেষকে নিজে প্ৰস্তুত কৰা প্ৰশ্নসূচী

Questionnaire) ব্যৱহাৰ কৰিছে। এই প্ৰশ্নসূচীয়ে Thraston Method অনুসৰণ কৰিছে আৰু ইয়াত মুঠ ২৫ টা প্ৰশ্ন আছে।

৬.৩. তথ্য (Data) : এই অধ্যয়ন প্ৰাথমিক আৰু দ্বিতীয়ক তথ্যৰ ওপৰত নিৰ্ভৰশীল।

৬.৪. পদ্ধতি (Method) : অধ্যয়নৰ প্ৰকৃতিৰ ওপৰত নিৰ্ভৰ কৰি এই অধ্যয়নত বৰ্ণনাত্মক-জৰীপ পদ্ধতি (Descriptive-Survey Method) ব্যৱহাৰ কৰা হৈছে।

৬.৫. তথ্য বিশ্লেষণ (Data Analysis) :

(i) প্ৰাপ্ত তথ্যসমূহ তালিকাকৰণ কৰা হৈছে।

(ii) প্ৰাপ্ত তথ্যসমূহ শতকৰা হাৰত প্ৰকাশ কৰা হৈছে।

৬.৬. তথ্য বিশ্লেষণৰ আৰু সিদ্ধান্ত (Data Analysis and Findings) : এই অধ্যয়নৰ মূল উদ্দেশ্য হ'ল জৱাহৰলাল নেহৰু মহাবিদ্যালয়ৰ ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ খাদ্যৰ ৰুচি প্ৰৱণতা আদি জনা। সেইবাবে এই গৱেষণাত তথ্য আহৰণ কৰিবলৈ গৱেষকে নিজে ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ ওচৰ চাপে।

নৱ প্ৰজন্মৰ ৩৫ শতাংশ ছাত্ৰ-ছাত্ৰীয়ে পুৱা চাহ-জলপান খায়, তিলপিঠা, ঘিলাপিঠা আৰু টেকেলী পিঠা ভাল পায়। মাত্ৰ ১৫ শতাংশ ছাত্ৰ-ছাত্ৰীয়ে বৰা চাউলৰ জলপান খায়। সেইদৰে ১৮ শতাংশই চিৰা, আঠে খাই ভাল পায় আৰু ২০ শতাংশইহে কোমল চাউল খায় আৰু নিৰামিষ আহাৰ পছন্দ কৰে। দেখা গৈছে যে ২৫শতাংশই হাজাৰমুখী পিঠা ভাল পায়।

এইকথাত স্পষ্ট হৈছে যে ৪০ শতাংশই দিনত তিনিবাৰ ভাত খোৱাৰ বিপৰীতে ২৮ শতাংশই দিনত ৰুটি-পৰঠা খাবলৈ ভাল পায়। লক্ষণীয়ভাৱে দেখা গৈছে যে অসমীয়া পৰম্পৰাগত খাদ্য পচলা, কলাখাৰৰ আঞ্জা আৰু খাবলী মাত্ৰ ১১ শতাংশইহে ভাল পায়। অৰ্থাৎ ৮৯ শতাংশই ভাল নাপায়।

নৱ প্ৰজন্মৰ ৪৯ শতাংশই মেগী, চাউমিন ভাল পায়। সেইদৰে ১৫ শতাংশই ইদলী আৰু ১৮ শতাংশই পিজা আৰু বিৰিয়ানী ভাল পায়। সেইদৰে ২৪ শতাংশই দোচা আৰু ফ্ৰাইড দাইচ ভাল পায়। মাত্ৰ ৬ শতাংশই বাৰগাৰ ভাল পায়।

দেখা গৈছে যে ৩৮ শতাংশই পোলাও আৰু চিকেন পোলাও আৰু চিপচ্ ভাল পায়। সেইদৰে ৪৩ শতাংশই কুৰুকুৰী আৰু ম'ম' ভাল পায়।

০.৭ সিদ্ধান্ত (Findings) :

(ক) চাহ-জলপান ৩৫ শতাংশই খায়।

(খ) বৰাচাউল, চিৰা-পিঠা, কোমল চাউল কম সংখ্যকে (১৫%, ১৮% আৰু

২০%) খায়।

(গ) নিৰামিষ খাদ্য ২০% পচন্দ কৰে।

(ঘ) পচলা, কলাখাৰৰ আঞ্জা আৰু খাবলী নৱ প্ৰজন্মৰ বেছিভাগে (৮৯%) পচন্দ নকৰে।

(ঙ) মেগী, চাউমিন ৪৯% ভাল পায়।

(চ) চিকেন পোলাও ৩৮% ভাল পায়।

(ছ) কুবকুৰী আৰু ম'ম' ৩৪% ব প্ৰিয় খাদ্য।

০.৮ পৰামৰ্শ : (Suggestion) এই অধ্যয়ন তেনেই সীমিত পৰিসৰত কৰা হৈছে। গৱেষকে নিজে অভিজ্ঞতাৰ ওপৰত ভিত্তি কৰি এই দিশত আন গৱেষকৰ বাবে কেইটামন পৰামৰ্শ আগবঢ়াইছে।

(ক) এই অধ্যয়ন বহল পৰিসৰত কৰিব পাৰে।

(খ) কেইবাখনো শিক্ষানুষ্ঠানৰ ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ ওপৰত অধ্যয়ন কৰিব পাৰে।

(গ) নগৰ আৰু গ্ৰাম্য অঞ্চলৰ শিক্ষানুষ্ঠানৰ ছাত্ৰ-ছাত্ৰীৰ খাদ্য প্ৰৱণতাৰ ওপৰত তুলনামূলক অধ্যয়ন কৰিব পাৰে।

(ঘ) পৰম্পৰাগত খাদ্যৰ প্ৰতি অনীহা হোৱাৰ কাৰণ কি সেই সম্বন্ধে অধ্যয়ন কৰিব পাৰে।

(ঙ) অন্য দেশৰ খাদ্যৰ প্ৰতি প্ৰৱণতা বঢ়াৰ কাৰণ কি সেই সম্বন্ধে অধ্যয়ন কৰিব পাৰে।

০.৯ সামৰণি (Conclusion) : সুস্থ শৰীৰে সুস্থ চিন্তাৰ অধিকাৰী কৰে। নিয়মিত, পৰিমিত খাদ্যইহে সকলোকে সু-স্বাস্থ্য প্ৰদান কৰে। খাদ্য অভ্যাসে ৰুচি-অভিৰুচি, মনোভাৱ আদি জনাত সহায় কৰে। গতিকে খাদ্য গ্ৰহণ কৰাৰ সময়ত এই কথালৈ মন দিয়া ভাল। আনহাতে দেশীয় খাদ্যৰ ওপৰতো গুৰুত্ব প্ৰদান কৰিব লাগে, কিয়নো নিজ ভাষা-সংস্কৃতিয়ে যিদৰে একোটা জাতিৰ পৰিচয় দাঙি দৰে তেনেকৈ পৰম্পৰাগত খাদ্যয়ো জাতীয় বৈশিষ্ট্য দাঙি ধৰাত সহায় কৰে। অকল জাতীয় বৈশিষ্ট্য দাঙি ধৰাই নহয় লগতে অৰ্থ আহৰণ অথবা স্বনিয়োজনৰ ব্যৱস্থাও ই গঢ়ি তুলিব পাৰে। তাৰ বাবে পৰম্পৰাগত খাদ্যসম্ভাৰৰ বজাৰ গঢ়ি তুলিব লাগিব। বিশেষতঃ নৱ প্ৰজন্মৰ গ্ৰাহকৰ ৰুচি অভিৰুচি আদিক আকৰ্ষণ কৰিবলৈ খাদ্যসম্ভাৰসমূহ আকৰ্ষণীয় আৰু লোভনীয় ৰূপত পৰিবেশন হ'ব লাগিব। তেতিয়া তাৰ চাহিদা আৰু আদৰ নিশ্চয় বাঢ়িব। ই অৰ্থনৈতিক বিকাশতো সহায় কৰিব। অনাগত দিনত তেনে দৃষ্টিভংগীয়েহে ভাৰতীয় খাদ্যসম্ভাৰৰ মাজত অসমীয়া খাদ্যই নিজা বৈশিষ্ট্য অটুট ৰাখিবলৈ সক্ষম হ'ব।

গ্ৰন্থপঞ্জী :

শইকীয়া, নগেন (২০১৩), অসমীয়া মানুহৰ ইতিহাস, কথা পাব্লিকেশ্বন, গুৱাহাটী-

১।

ৰাজবংশী, পৰমানন্দ (সম্পা. ২০০৯), অসমৰ সংস্কৃতি-কোষ, জ্যোতি প্ৰকাশন, গুৱাহাটী।

Koul Lokesh, (1997), Research Methology.

Vikas Publishing Hose Pvt. Ltd., New Delhi-110002

